

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	ин. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
25	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-5, У-1	11-00
90	Ежики рыбные 60/30 <small>минтай филе, лук репчатый, куриный бульон, масло растительное, морковь, рис, томат-паста, зелень, соус</small>	ККАЛ-140, Б-5, Ж-10, У-9	34-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель, масло сливочное, картофельное пюре, молоко, сливки</small>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	26-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	6-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-510, Б-14, Ж-16, У-78	104-00
<u>обед</u>			
90	Биточки из птицы 90 (курица) <small>курица грудка, хлеб пшеничный (резиновый), сахар, сливочное масло, растительное масло, соль</small>	ККАЛ-167, Б-16, Ж-7, У-12	52-00
150	Рис по-монастырски 150 <small>лук репчатый, рис, морковь, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-195, Б-3, Ж-5, У-81	20-00
200	Сок фруктовый абрикосовый	ККАЛ-100, У-25	23-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед		ККАЛ-636, Б-25, Ж-12, У-102	104-00
<u>полдник</u>			
50	Булочка Веснушка 50 <small>дрожжи, мука пшеничная высшего сорта, сахар, яйца, молоко, сливочное масло, соль</small>	ККАЛ-104, Б-4, Ж-6, У-14	13-00
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	33-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	18-00
Итого за полдник		ККАЛ-361, Б-10, Ж-11, У-55	64-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

ИП Пермякова
Е. В.

Пермякова Е. В.

Калькулятор
Пермякова Е. В.



меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
20	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-4, У-1	8-00
100	Котлета рыбная "Емеля", <small>минтай филе, тыква свежая 4%, вода горячая, лук репчатый, морковь, лук репчатый, картофель, масло сливочное, мука пшеничная 2,5%, манка, яйцо, соль</small>	ККАЛ-114, Б-5, Ж-5, У-13	74-00
180	Картофельное пюре 180 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 29%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	31-00
200	Чай "Черничка" <small>сахар, брусника свежемороженая, чай</small>	ККАЛ-55, У-13	11-00
50	Батон	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-525, Б-15, Ж-13, У-87	135-00
<u>обед</u>			
15	Закуска из свежих огурцов <small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-14, Ж-1	6-00
100	Курица рубленая под сыром <small>курица грудка, сметана 15%, лук репчатый, сухари панировочные, сыр твердый, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-157, Б-12, Ж-9, У-7	83-00
180	Рис по-монастырски <small>лук репчатый, рис, морковь, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-234, Б-4, Ж-8, У-37	24-00
200	Напиток яблочно-вишневый <small>яблоки, сахар, вишня сушеная, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	10-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-729, Б-24, Ж-19, У-115	135-00
<u>полдник</u>			
100	Булочка Веснушка 100 <small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, изюм, мажанин, соль, дрожжи сухие, масло растительное</small>	ККАЛ-328, Б-8, Ж-12, У-47	25-00
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	33-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	18-00
Итого за полдник		ККАЛ-525, Б-13, Ж-17, У-79	76-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 23

Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.



меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	18-00
200	Каша пшеничная молочная с маслом 195/5 <small>пшено, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5% сахар, соль</small>	ККАЛ-206, Б-6, Ж-6, У-31	24-00
200	Чай с сахаром, лимоном <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	7-00
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	6-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-54, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак			57-00
<u>обед</u>			
20	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-3, У-1	9-00
210	Борщ с капустой и картофелем 200/10 <small>свежая капуста, картофель, сметана 15%, морковь, лук, свекла, помидоры, томатный сок, чеснок, майонез, растительное масло</small>	ККАЛ-110, Б-2, Ж-6, У-18	21-00
90	Биточки из птицы 90 (курица) <small>курица, мука, хлеб пшеничный (средний), сметана, яйцо, майонез, растительное масло</small>	ККАЛ-107, Б-1, Ж-1	52-00
150	Рис по-монастырски 150 <small>рис, морковь, масло растительное, лук, соль</small>	ККАЛ-195, Б-3, Ж-5, У-31	20-00
200	Напиток яблочно-вишневый <small>яблоки, сахар, вишня сухая, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	10-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед			121-00
<u>полдник</u>			
80	Пряник промышленный	ККАЛ-269, Б-4, Ж-2, У-62	27-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник			57-00

Директор
МБОУ СОШ № 38



ИП Пермякова
Е. В.

Е. В. Пермякова

Пермякова Е. В.

Калькулятор
Пермякова Е. В.



меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
250	Каша пшеничная молочная с маслом 245/5 <small>мука пшеничная 25% сахар высшего качества 22,5% слив.</small>	ККАЛ-165, Б-4, Ж-8, У-24	32-00
200	Чай с сахаром, лимоном <small>сахар лимон чай</small>	ККАЛ-77, У-19	7-00
50	Батон	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-434, Б-10, Ж-10, У-78	50-00
<u>обед</u>			
260	Борщ с капустой и картофелем 250/10 <small>свекла капуста картофель морковь лук репка сметана 25% томатная паста морковь лук репка сливочное масло сливочное 25% сливочное масло сливочное 25% сметана 25% сливочное масло сливочное 25% сливочное масло сливочное 25%</small>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-20	22-00
100	Курица рубленая под сыром <small>курица грудка сметана 15% лук репка сухари панировочные сыр твердый масло растительное соль</small>	ККАЛ-157, Б-12, Ж-9, У-7	83-00
180	Рис по-монастырски <small>лук репка рис морковь масло растительное соль</small>	ККАЛ-234, Б-4, Ж-8, У-37	24-00
200	Напиток яблочно-вишневый <small>яблоки сахар ваниль лимон лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	10-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-834, Б-26, Ж-23, У-134	151-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка Веснушка 75 <small>мука сахар масло сливочное высшего качества 72,5% яйца куриные свежие соль дрожжи сухие масло растительное</small>	ККАЛ-328, Б-8, Ж-12, У-47	20-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-501, Б-10, Ж-12, У-88	50-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 15



ИП Пермякова
Е.В.

Е.В.

Клиентский
Пермякова

